

Hørsholm-Fredensborg Afdeling
repræsentant for Humlebæk:
Allan Høier
Langebjergvej 478
3050 Humlebæk
Tlf. 35 83 85 87
ah@optimis.dk

Fredensborg Kommune

Høringssvar vedr. Sundhedspolitikken

Kære Byråd

Til lykke med overtagelsen af sundhedsområdet - og god arbejdslyst!! I har tydeligvis store visioner og har sat relativt tydelige mål - vi glæder os alle til at se dem ført ud i livet!!

Ikke overraskende vil vi fra Cyklistforbundet foreslå, at en del af krudtet bliver brugt på at få flere borgere til at cykle mere - til gavn for sundheden, og med god sidegevinst for miljøet og trafiksituationen. Cykling er nemlig nemt, enkelt, giver god, daglig motion - og så er det en god forretning! Cyklisternes forhold bør derfor forbedres over en bred kam.

Kommentar til de overordnede mål og effektmål:

Alle mål i politikken (og ikke kun nogle af effektmålene) bør konkretiseres til målbare størrelser. For eksempel er det ikke nok at skrive at borgerne skal "leve længere" - hvor længe er det?: To minutter eller ti år, og hvordan skal udviklingen være? Kun ved at opstille konkrete mål, bliver det muligt at følge op og kontrollere om strategierne for at nå de opstillede mål arbejder i den rigtige retning eller eventuelt skal korrigeres.

Generelt om cykling

Cykling giver god motion og er derfor en effektiv metode til at gavne sundheden og forebygge sygdom - for alle aldre, nationaliteter og befolkningsgrupper. Samtidig er det et nemt transportmiddel, og kan det gøres til en naturlig del af hverdagen at cykle til arbejde/skole/toget/fritidsaktiviteter, vil mange, alene ved dette, kunne få en væsentlig del af den nødvendige, daglige motion. Dette har andre kommuner også fået øjnene op for og byer som Odense, København og Hillerød, som alle har en selvstændig cykelpolitik, har både investeret i cyklismen og fået udbytte af det - bl.a. på sundhedsområdet. I den forbindelse er det relevant at spørge hvornår Fredensborg får en selvstændig cykelpolitik?

Og hvordan kan man så få flere til at cykle mere?: I giver selv svaret i oplægget:

1. Skabe rammerne: For cyklister vil det sige at vedligeholde og forbedre det vi kører på, for at arbejde hen mod at skabe et sammenhængende net af gode og sikre stier og veje i kommunen, herunder krydsninger af motorvej, andre store veje og jernbanen - at lave gode parkeringsforhold ved stationer, indkøbscentre, skoler, institutioner, idrætshaller og boliger - at renholde og rydde stierne.
2. Synliggørelse af tilbud/understøttelse af borgerne: Vi har mange, gode muligheder i kommunen for at færdes på cykel, både til daglig transport og til udflugtsture, og

selvom en del kan forbedres, er det også vigtigt at synliggøre muligheden, fx. gennem konkrete tilbud til/kampagner mod fx. virksomheder og som krav til skoler, institutioner m.v.

Cykling og sundhedsøkonomi

Som et baggrundsnotat til Københavns Kommunes Cykelregnskab 2006 (for København laver hvert år et sådant...!) har trafikforskningsinstitutionen Trafitec, på baggrund af tal fra Statens Institut for Folkesundhed, udregnet hvad cykling i kroner og ører betyder for sundhedsøkonomien. De når frem til at én ekstra cyklet km i gennemsnit udløser sundheds- og produktionsrelaterede gevinster for 5 kr. og 22 øre i 2005-priser!

Disse tal harmonerer meget fint med de resultater, der blev konstateret i projektet Odense Cykelby, f.eks. gav de 20 % flere cyklede km i Odense et fald på 6 procent i fraværdsdage og en længere middellevetid på 2½ måned.

Børn og unge

Motions- og Ernæringsrådet sammenfattede for relativt nylig en række undersøgelser og kunne fastslå, at det er næsten umuligt at få gjort fede mennesker blivende slanke igen p.g.a. en biologisk overlevelsesmekanisme. Dvs. at fedme er en relativt kronisk tilstand!

Set i det lys, er det sundhedsmæssigt, og heraf sundhedsøkonomisk, altafgørende at *forebygge* at borgere ikke bliver overvægtige - og heraf må det være indlysende, at der skal gøres en særlig indsats overfor børn og unge, så disse indfører sunde levemønstre, som kan holde videre gennem livet.

Her mangler vi konkrete effektmål og flere konkrete tiltag (udover tilbud til overvægtige børn og deres familier). Cykling (eller gang, hvis afstanden er kort) til skole/institutioner/fritidsaktiviteter vil være en særdeles effektiv metode til at forebygge overvægt og sygdomme. Hvorfor laver kommunen ikke en politik, der hedder: "I Fredensborg kommune cykler eller går alle børn til skole/institutioner/fritidsaktiviteter" og så stille krav til skoler osv. om at være med til at gennemføre politikken?

Rigtigt mange børn cykler eller går allerede, men at få bil-børnene med på vognen (eller rettere: cyklen) vil væsentligt reducere sundhedsproblemerne og vil samtidig også betyde meget for miljøet og trafiksituationen i nærmiljøerne, når alle de bilende forældre ikke længere skal aflevere og hente børnene til alt muligt.

Borgere med anden etnisk baggrund

Mange borgere med anden etnisk baggrund cykler ikke - for det er der ikke tradition for i de lande, de kommer fra. Nogle kommuner har med succes lært indvandrere at cykle og det har vist sig at dette øger både integrationen og konditionen. Det vil samtidig også give bedre mobilitet i.f.t. arbejdsmarkedet.

Naturarealer og grønne områder

Når vi nu har den grønne og dejlige kommune, vi har, vil være oplagt at der *bliver* (og ikke bare tilstræbes) større tilgængelighed til grønne arealer og pleje af rekreative områder - fx. ved at vedligeholde, forbedre og udbygge det eksisterende net af stier. *Kendskabet* til stier og grønne arealer kan også øges, hvis der bliver lavet et stikort for hele kommunen (gerne med både cykelegnede stier og markstier m.v.).

Cyklisthilsner

Allan Høier